

PASTEL SAUDÁVEL

INGREDIENTES

1 pacote de massa de pastel grande

500 g de carne moida

150 g de bacon picado em cubinhos

1 colher (sopa) de colorau

1 cebola média picada em cubinhos

2 dentes de alho amassados

sal a gosto

1 gema para pincelar

um pouco de farinha de trigo para a montagem

1 colher de (sopa) de água

MODO DE PREPARO

Em uma panela, refogue a cebola, o alho e o bacon até que todos fiquem dourados.

Assim que terminar o refogado, adicione o colorau e mexa bem.

Acrescente a carne moída e vá mexendo até que ela esteja refogada completamente.

Adicione um pouco de água para que o recheio fique molhadinho, reserve.

Em uma bancada limpa e com um pouco de farinha de trigo, abra uma massa de pastel.

Adicione duas colheres (sopa) rasas de recheio no centro da massa.

Molhe toda a extremidade da massa passando o dedo com água.

Coloque outra massa por cima e vá dobrando as extremidades de fora para dentro para vedar completamente o pastel.

Misture a gema com a colher (sopa) de água e pincele.

Coloque para assar em forno preaquecido a 210º C, por 40 minutos ou até que fiquem dourados.

©2026 todos os direitos reservados a Receitas Fáceis e Rápidas

<https://receitasfaceisrapidas.com.br/receita/25636-pastel-saudavel.html>